



# Yogakurse im Winter 2018

Kurszeit: 18.1. bis 28.3.18

## Yoga Starter Workshops

zum Kennenlernen und Ausprobieren, nur Yogabeginner  
Samstag, 17.3.18, 15 - 17 Uhr, 25 Euro - **freie Plätze**

## Kurse für YogaEinsteigerInnen:

### **kamaYINyoga (10 x 60 Min., 135 Euro)**

ganz entspannt Yoga üben  
dienstags, 20.15 - 21.15 Uhr, ab 23.1.18 **ausgebucht!**  
freitags, 18.45 - 19.45 Uhr, ab 19.1.18 - **2 freie Plätze**

### **kamayoga Core (10 x 60 Min., 135 Euro)**

Energie und Kraft für Deine Mitte  
mittwochs, 17.30 - 18.30 Uhr, ab 24.1.18 - **1 freier Platz**

### **kamayoga Aktiv (10 x 90 Min., 155 Euro)**

das sportliche Rundum-Yogapaket, Basisübungen  
montags, 18.30 - 20 Uhr, ab 22.1.18 **ausgebucht!**  
mittwochs, 20.30 - 22 Uhr, ab 24.1.18 - **2 freie Plätze**  
donnerstags, 20.30 - 22 Uhr, ab 18.1.18 - **1 freier Platz**

## Für YogaFortsetzerInnen:

(Voraussetzung: kamayoga Aktiv)

### **Sanfte Mittelstufe (10 x 90 Min., 155 Euro)**

Erlange Souveränität in den Basisübungen  
dienstags, 18.30 - 20 Uhr, ab 23.1.18 **ausgebucht!**  
freitags, 17 - 18.30 Uhr, ab 19.1.18 **ausgebucht!**

### **Mittelstufe (10 x 90 Min., 155 Euro)**

Regelmäßige Yogapraxis  
montags, 20.15 - 21.45 Uhr, ab 22.1.18 - **2 freie Plätze**  
mittwochs, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 24.1.18 **ausgebucht!**

### **Mittelstufe/Fortgeschr. (10 x 90 Min., 155 Euro)**

Praktizieren und Kopfstehen  
donnerstags, 18.45 - 20.15 Uhr, ab 18.1.18 **ausgebucht!**

Mehr Infos zu den Kursen:

**[www.kama-yoga.de](http://www.kama-yoga.de)**